

## Selbstmord

# Wenn Menschen nicht mehr leben wollen

**In Deutschland nehmen sich jährlich mehr als 10.000 Menschen das Leben. Die Ursachen sind vielfältig und komplex. Vielen könnte geholfen werden, wenn erste Anzeichen ernst genommen würden.**

Stand: 10.09.2012



In Deutschland war die Zahl der Selbsttötungen seit 1990 eher rückläufig, im Vergleich zu 1980 hat sie sich nach Berechnungen des statistischen Bundesamts und der WHO nahezu halbiert. So weit die gute Nachricht. Aber: Seit dem Jahr 2008 nehmen die Zahlen wieder leicht zu.

## Der Nachahmer-Effekt



Nahm sich im August 2012 das Leben:  
Schauspielerinnen Silvia Seidel.

2009 lag die Zahl der Selbsttötungen bei 9.616 Fällen. 2010 nahmen sich 10.021 Menschen das Leben. Erstmals wurde damit seit längerer Zeit wieder ein Anstieg verzeichnet. Ob dieser Trend anhält, werden die Zahlen von 2011 zeigen, die bisher noch nicht ausgewertet sind. Einer der Gründe für steigende Suizid-Raten ist die Berichterstattung über den Tod von Prominenten, zum Beispiel der Selbstmord von Fußball-Nationaltorwart Robert Enke 2009. Danach vervierfachte sich die Zahl derer, die sich vor einen Zug warfen. 2012 könnte der Tod

der Schauspielerinnen Silvia Seidel einen ähnlichen Nachahmer-Effekt auslösen.

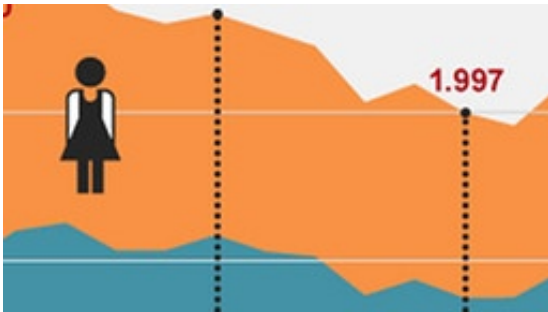
Über Selbstmord zu berichten, führt aber auch dazu, dass mit dem Thema offener umgegangen und die

Tabuisierung gelockert wird - wenn auch meist nur für kurze Zeit. In Todesanzeigen zeigt sich aber bereits ein langfristiger Effekt:

"Ich werte die Todesanzeigen im Berliner 'Tagesspiegel' aus. Früher gab es kein einziges Inserat, das auf eine Selbsttötung hindeutete. Heute ist zwischen den Zeilen oder auch ganz direkt zu lesen, dass es ein eigener Entschluss war. Gerade bei jüngeren Menschen."

Falk Blask, Ethnologe an der Berliner Humboldt-Universität

## Komplexe Ursachen



Suizid: Unterschiede zwischen Mann und Frau

Die Ursachen, warum Menschen den Freitod wählen, sind vielfältig und komplex. Gefühle der Hilflosigkeit, Ausweglosigkeit und Perspektivlosigkeit, Traumatisierungen, Konflikte in Beziehungen, psychische oder physische Erkrankungen, Depressionen, gesellschaftlicher Druck oder Kurzschlussreaktionen - das sind Gründe, die zu einem Selbstmord führen können. In einer verzweiferten Situation, bringe schon das Aussprechen der Gedanken oft eine Lockerung mit sich, sagen Experten. Aus einem "Ich will nicht mehr leben" kann dann ein "Ich kann nicht so weiterleben wie bisher" werden.

Wenig bekannt ist bisher auch, dass Depressionen eine der häufigsten Folgen des Schlaganfalls sind. "Wir gehen heute davon aus, dass rund ein Drittel aller Schlaganfall-Patienten betroffen ist". Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe schätzt, dass jährlich etwa 100 Schlaganfall-Patienten Suizid begehen.

## Gesellschaftliches und gesundheitliches Problem

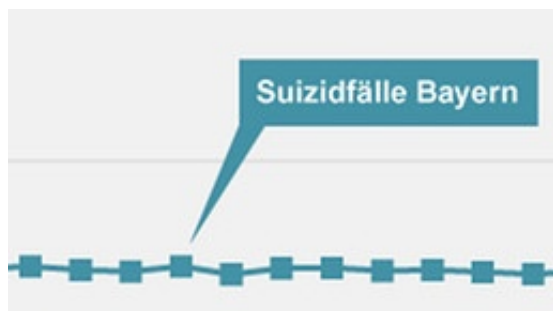
### Statistik

Pro 100.000 Menschen nahmen sich im Jahr 2010 im Bundesdurchschnitt 12,3 Menschen das Leben. Bayern lag dabei mit 14,1 deutlich über dem Bundesdurchschnitt, die Zahl der Selbsttötungen ist aber seit Jahren rückläufig. In Nordrhein-Westfalen war die Rate mit 10,2 am geringsten, in Sachsen mit 15,3 am höchsten. Die Zahlen für 2011 stehen für das Bundesgebiet noch aus.

Quelle: Statistisches Bundesamt

Die offizielle Statistik kann nur einen ungefähren Richtwert liefern. Denn die Dunkelziffer liegt nach Meinung des Psychologen Georg Fiedler vom Therapiezentrum für Suizidgefährdete an der Uniklinik Hamburg-Eppendorf um einiges höher. Fiedler, der auch Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention ist, schätzt, dass man zu den offiziell registrierten Fällen noch einmal bis zu 25 Prozent hinzuzählen muss, die zum Beispiel als Verkehrsunfälle eingestuft werden. Ganz abgesehen von den Selbstmordversuchen, die laut Schätzungen zehnmal so hoch sind.

## Suizid ist ein großes gesellschaftliches Problem



Suizidfälle Bayern und Deutschland 1980 bis 2010

Die WHO hat außerdem errechnet, dass von jedem Selbstmord oder Selbstmordversuch noch insgesamt sechs weitere Menschen wie Angehörige oder Freunde betroffen sind. Eigene Schuldgefühle, Schuldzuweisungen aus dem Umfeld und die Frage nach dem Warum summieren sich für viele trauernde Angehörige zu einem Problemberg. Häufig sind Depressionen und eigene Selbstmordgedanken die Folge. Suizid ist somit ein großes gesellschaftliches und gesundheitliches Problem, das nicht nur viel persönliches Leid, sondern auch immense

Gesundheitskosten mit sich bringt.

### Erste Anlaufstellen

#### Links und Adressen:

Weitere Infos und Hilfsangebote unter:

Auch wenn Suizid kein Tabuthema mehr sei, wären sich viele Menschen sehr unsicher darüber, wie man reagieren soll, wenn man mit Selbstmordgedanken oder entsprechenden Andeutungen konfrontiert wird, sagt Georg Fiedler. Ein erster Schritt sei der Besuch von Beratungsstellen oder der Anruf bei der Telefonseelsorge, die rund um die Uhr erreichbar ist.

### Eine Frage der Psyche

Oft leiden die Gefährdeten an einer psychischen Krankheit - die sie sich aber nicht eingestehen, so Fiedler: "Die Haltung 'Ich bin doch nicht verrückt' ist noch immer weit verbreitet." Dennoch würden drei von vier Personen, die einen Suizidversuch begangen haben, in den Wochen davor einen Arzt aufsuchen. Viele Ärzte würden die Situation jedoch falsch einschätzen, laut Fiedler müsse eine viel höhere Sensibilität entwickelt werden.

#### Kinder nicht alleine lassen:

Insbesondere Kinder seien von den Folgen betroffen, sagt Elisabeth Brockmann, Geschäftsführerin der Organisation "Angehörige um Suizid" (AGUS). Oft verheimlichen Eltern in solchen Fällen die wahre Todesursache. "Es ist nachvollziehbar, Kinder vor dem Entsetzlichen schützen zu wollen, aber es ist passiert und die Kinder spüren das," so Brockmann: "Kinder vom Thema Suizid auszuschließen heißt, dass man sie damit alleine lässt." Kindern müsse die Gelegenheit gegeben werden, ihre Gefühle und Fragen zu äußern.

6

---

## **SENDUNGSINFO**

### **Evangelische Perspektiven**

So, 29.01.2012 um 08:30 [Bayern 2]

### **nano**

Montag bis Freitag um 15.30 Uhr in BR-alpha

### **Notizbuch**

Montag bis Freitag von 10.05 bis 12.00 Uhr auf Bayern 2